

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
Государственное бюджетное негосударственное образовательное учреждение
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Красногвардейского района Санкт-Петербурга
«Школа здоровья и индивидуального развития»
ГБНОУ «Школа здоровья и индивидуального развития»
Красногвардейского района Санкт-Петербурга)
195030, Санкт-Петербург, улица Отечественная, д. 10 лит. А

ПРИНЯТО:

На заседании Педагогического совета
ГБНОУ «Школа здоровья
и индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
протокол № 8 от 30.08.2018 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБНОУ
«Школа здоровья и
индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
С.А.Тихашин
Приказ № 80 от 31.08.2018 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

**КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ
ПОСРЕДСТВОМ ИГРЫ НА ПЕСКЕ**

Возраст детей 3-18 лет
Разработчик
Борисенкова Елена Юрьевна,
Педагог-психолог

Санкт – Петербург
2018

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Коррекция эмоциональных нарушений посредством игры на песке» имеет социально-педагогическую направленность.

Пояснительная записка

Актуальность программы

Эмоциональные нарушения и нарушения поведения часто встречаются у большинства детей. Эти явления составляют неотъемлемую часть процесса роста и развития ребенка. Однако, у некоторых детей могут наблюдаться искажающие процесс нормального развития нарушения, характеризующиеся такими эмоциональными состояниями как тревога, постоянное беспокойство и напряжение, чрезмерные страхи перед различными объектами или ситуациями, пугающие повторяющиеся мысли после перенесенного психотравмирующего события, сниженный фон настроения и др., которые требуют психологической коррекции.

Количество связанных с различными эмоциональными нарушениями обращений к специалистам службы психолого-педагогического сопровождения постоянно увеличивается и занимает значительное место в общем объеме обращений родителей. Обычно с эмоциональными нарушениями связаны многие сопутствующие проблемы поведения и общения.

Игровая форма работы в песочнице, позволяет преодолеть эти трудности, способствует снижению напряжения и недоверия, установлению доверительных отношений с психологом, создает дополнительную мотивацию для посещения занятий.

Научная обоснованность

Техника игры с использованием песка и миниатюрных символических фигур и предметов известна как «Песочная терапия» (Sandplay). Принцип "Терапии песком" был предложен основоположником аналитической психологии Карлом Густавом Юнгом. "Игра с песком предоставляет ребенку возможность избавиться от психологических травм с помощью экстеризации фантазий и формирования ощущения связи и контроля над своими внутренними побуждениями. Установление связи с бессознательными побуждениями, особенно с архетипом самости, и их выражение в символической форме в значительной мере облегчают здоровое функционирование психики». Сегодня «песочницу» активно используют в гештальт-терапии, когнитивно-поведенческой терапии, в детском психоанализе, интегративной арт-терапии. В данной программе игра на песке используется как инструмент арт-терапии.

Песочная терапия в контексте арт-терапии - sandplay представляет собой невербальную форму психокоррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении, благодаря которому на бессознательно-символическом уровне происходит отреагирование внутреннего напряжения и поиск путей развития. Как один из методов коррекции и развития, она направлена на разрешение личностных проблем через работу с образами бессознательного. Эти образы проявляются в символической форме в процессе создания творческого продукта – композиции из фигурок, построенном на специальном подносе (ящике) с песком, подобно тому, как они актуализируются в сновидениях или при использовании активного воображения.

Цель программы

Занятия по программе преследуют цель гармонизации внутреннего мира детей и подростков с эмоционально-поведенческими нарушениями и нарушениями межличностного взаимодействия.

Задачи программы

Коррекционные: игровая реконструкция психотравмирующей ситуации с последующей интеграцией и восстановлением личностных ресурсов ребенка.

- Отреагирование негативного эмоционального опыта, переживаний в процессе творческого самовыражения

- Нормализация (стабилизация) эмоционального состояния
- Снижение уровня тревожности
- Снижение нервно-психического напряжения
- Повышение самооценки, уверенности в себе

Обучающие: обучение социально-приемлемым формам снятия нервно-психического напряжения (через игру и творчество), обучение самостоятельному поиску решений проблемных и конфликтных ситуаций.

Развивающие: развитие творческого воображения, высших психических функций, устной речи, коммуникативных навыков в процессе общения с психологом; приобретение нового опыта доверительных отношений с взрослым.

Диагностические: песочная картина может быть использована как материал для:

- проективной диагностики эмоционального состояния ребенка;
- выявления актуальных проблем, значимых отношений и переживаний;
- исследования на символическом уровне предшествующего и настоящего опыта, психотравмирующих ситуаций, ценностных ориентаций и мотивации.

Адресат программы: дети в возрасте старше 3-х лет и подростки, имеющие различные нарушения эмоциональной, поведенческой и коммуникативной сферы. Программа занятий особенно рекомендуется в случаях, если ребенок (подросток): не может объяснить словами то, что он чувствует или думает;

имеет ограничения в проявлении своих чувств;

- испытывает стресс;
- остро переживает возрастной кризис;
- находится в трудной жизненной ситуации (развод родителей, потерю близкого человека);
- запутался или борется с решением, которое должен принять;
- перенес психологическую травму.

Существуют и противопоказания к проведению занятий по программе. Не рекомендуется применять ее в случаях, когда ребенок (подросток):

- сильно сопротивляется игре в песочнице;
- имеет очень высокий уровень тревожности;
- характеризуется повышенной возбудимостью.

Условия реализации

Создание психологически безопасного пространства занятий на основе принципов песочной терапии (Sandplay).

Специально организованное рабочее пространство в отдельном кабинете.

Временные параметры программы

Программа рассчитана на 12 часов и предполагает проведение 12 занятий.

Продолжительность каждого занятия от 30 до 60 минут в зависимости от возраста ребенка и его индивидуальных особенностей. При необходимости количество занятий может быть сокращено. Занятия проводятся 1-2 раза в неделю

Планируемые результаты: После прохождения курса занятий по программе у детей значительно снижается уровень тревожности, агрессии, исчезают страхи. Они становятся более спокойными, уравновешенными, уверенными в себе, «покладистыми» на занятиях у других специалистов (логопедов, педагогов). Отмечается качественное улучшение коммуникативных навыков при взаимодействии с детьми и взрослыми. Приобретенный опыт творческого самовыражения способствует изменению отношения к себе, к своему прошлому, настоящему и будущему, к значимым другим, а также укреплению (или пробуждению) доверия к миру, развитию новых, более продуктивных отношений с миром.

Учебно - тематический план по программе

№ п/ п	Тема	Содержание	Количество часов			Форма и методы
			Все- го	Теор.	Прак т.	
1.	Песок и вода	Создание безопасной обстановки. Принятие правил. Знакомство с коллекцией. Свойства природных материалов.	1	0,15	0,45	Беседа. Спонтанная игра. Упражнение «Следы на песке»
2.	Мой мир	Установление доверительных отношений. Исследование эмоционального состояния, выявление психотравмирующих ситуаций.	1	0,15	0,45	Создание картины Мира «Экскурсия по миру» (рассказ «История о мире»).
3.	Исполнение желаний	Актуализация потребностей, ценностей, ресурсов.	1	0,15	0,45	Игра со структурированным и неструктурированным материалом.
4.	Событие	Реконструкция и проигрывание травматического опыта, конструирование новой подвластной игровой реальности.	1	0,15	0,45	Индивидуальная и совместная игра. Структурированное интервью.
5.	Борьба	Моделирование жизненных ситуаций, отреагирование негативных переживаний. Проживание конфликтов, поиск способов их разрешения.	3	0,15	0,45	Игра с сухим и влажным песком. Игры с ограниченным числом объектов. Совместная игра «Переговоры».
6.	Параллельные миры	Исследование реальной и фантастической жизни ребенка в семье, его взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.	3	0,15	0,45	Построение тематически ориентированных песочных картин, напрямую отражающих конкретную

						проблему или являющихся носителем проблемы. Примерные темы: «Мой детский сад», «Моя школа», «Моя семья», «Мои друзья», «Мое будущее» и т.п.
7.	Путь в песках	Исследование самоидентификации, актуализация личностных ресурсов.	1	0,15	0,45	Тематические игры. «Реконструкция жизненного пути», «Перепроектирование жизни». Обсуждение песочных композиций. Фотосъемка
8.	Сокровища	Завершение игрового сюжета. Подведение итогов.	1	0,15	0,45	Игра в «Прятки» Медитация на песке.
		ИТОГО	12 часов	3 час.	9 час.	

Оценка результативности программы:

На начальном и конечном этапах реализации программы проводится психологическая диагностика с целью определения особенностей развития эмоциональной сферы, свойств личности и уровня развития коммуникативных навыков.

- Тест тревожности Тэммл-Дорки-Амен
- Тест Люшера (модификации Ореховой и Собчик)
- Тест школьной тревожности Филипса
- Шкала реактивной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина
- Опросник САН
- Проективные тесты «Рисунок человека», «Рисунок семьи» и др.
- Анкетирование родителей (анкеты Лисиной М.И. – Синько Т.В., Степановой Г. Приложение 1,2)
- Анализ продуктов деятельности (фото песочных картин и связанных с ними историй и рассказов)
- Самоотчеты (отзывы участников программы и родителей)
- Наблюдение за ребенком в ситуации стандартного диагностического обследования и поведением во время занятий.

Учебно-методический комплекс программы:

Для проведения занятий необходимо:

1. Занятия желательно проводить всегда в одном и том же отдельном помещении.
2. Помещение должно быть светлым, просторным, легко проветриваемым.
3. В помещении должны быть удобные для детей стулья и столы.
4. В помещении не должно быть предметов, представляющих опасность для здоровья, а также отвлекающих внимание деталей.

Методическое оснащение программы:

Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. - СПб, 2006

Штейнхард Л. Юнгианская песочная терапия. - СПб, 2011

Эль Г. Человек, играющий в песок. Динамичная песочная терапия. СПб, 2007

Содержание программы

Календарный учебный график

Возраст учащихся	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
(8-10 лет)	сентябрь	май	12	12	Групповые занятия
начало занятий по мере комплектования групп, в течение учебного года.					

Список литературы

1. Аллан Джон. Ландшафт детской души. – СПб - Мн., 2007
2. Астапов В.М. Тревожность у детей. - М., 2010
3. Бреслав Г.М. Психология эмоций. - М., 2008
4. Велиева С.В. Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста. - СПб, 2005
5. Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по песочной терапии. – СПб, 2007
6. Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия. - СПб, 2008
7. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. - СПб, 2010
8. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми. – СПб, 2006
9. Костина Л.М. Методы диагностики тревожности. - СПб, 2012
10. Лисина М.И., Синько Т.В. Азбука общения. СПб, 2008
11. Мэш Э., Вол.ьф Д. Детская патопсихология. Нарушение психики ребенка. СПб-Москва, 2008
12. Юнг К.-Г. Аналитическая психология. - М., 2009